

No i punt

Perquè fumar no és Guai

María Jesús Chacón Huertas
Romina Soto



Aquest llibre s'ha pogut fer gràcies al patrocini de GSK i
la col·laboració de Càtedra Respira Vida, de la UAM:



© 2019

Autora: María Jesús Chacón Huertas
Il·lustracions: Romina Soto
Correcció del text: Dolores Sanmartín

<http://www.weeblebooks.com>
info@weeblebooks.com

Madrid, Espanya, maig 2019

Codi: NP-ES-CPU-OGM-190015 (V2) 06/2023

Per qüestions de transparència, us informem que GSK ha col·laborat en el finançament d'aquesta publicació. El contingut reflecteix les opinions, els criteris, les conclusions i els descobriments personals dels autors, que no coincideixen necessàriament amb els de GSK. GSK sempre recomana que es facin servir els seus productes d'acord amb la fitxa tècnica aprovada per les autoritats sanitàries.

Con el reconocimiento y/o aval social de:



**Per a tots els joves
valents que s'atreveixen
a continuar fidels a les
seves idees.**

El consum de tabac s'ha convertit en una de les principals preocupacions de salut pública.

Per què es comença a fumar? Què s'amaga darrere d'aquest hàbit? Els joves coneixen els riscos i les malalties que poden patir en un futur?

L'acceptació social és la primera causa que atrau els joves al tabac. El fet de desafiar les normes, la pressió dels amics i fins i tot viure amb uns pares que fumen en són d'altres.

Aquest llibre analitza aquest primer contacte dels adolescents amb el tabac. S'introdueix com un joc que ens enganxa a poc a poc fins que es converteix en una addicció.

Però també mostra com altres joves valents no només no cauen en el tabaquisme, sinó que el combaten i lluiten pels seus amics.

El repte com a societat és evitar que els joves comencin a fumar. Per fer-ho, en primer lloc cal donar-los informació, ser un exemple per a ells i, sobretot, ensenyar-los a ser valents i a dir NO.

Àrea de Relacions amb Pacients GSK Espanya

Als meus amics i a mi, ens encantaven les tardes dels divendres. Aquella sensació d'acabar l'escola o l'insti, d'anar a fer una volta sense presses per tornar a casa, era increïble. Sempre que feia bon temps, anàvem en bici al nostre vell descampat. A l'hivern, durant els dies grisos i plujosos en què no teníem ganes de fer res, ens quedàvem tranquils a la caseta de l'àvia del Xavi. Vèiem una pel·li o jugàvem a algun joc dels que hi havia per allà.

Gairebé mai no faltàvem a la cita setmanal; i això que més d'un cop acabàvem discutint. Però el divendres següent ens ajuntàvem com si res.

Al grupet som set: tres nois i quatre noies de tercer i quart d'ESO. I encara que tots ens coneixem des de sempre, feia dos anys que ens agradava sortir així, a la nostra manera.



El Xavi és el meu millor amic. És poc xerraire i molt introvertit amb les seves coses. Li costa expressar el seu món i els seus sentiments. A mi, en canvi, m'encanta parlar. Deu ser per això que som ungla i carn. Quan ens reunim tots, ell prefereix escoltar. Des que vam tornar a classe el noto una mica estrany... No ho sé, a mi no m'enganya. Ell diu que no, però jo crec que encara li agrada la Júlia.

La Júlia és la llesta del grup: no estudia mai i treu sempre bones notes. Segons els meus pares, això algun dia s'acabarà. A més, toca el piano des que era petita. L'any passat ens va convidar al seu concert de final de curs i ens va encantar. Des de llavors, l'admirem més i tot. Ella diu que en fem un gra massa, que no n'hi ha per a tant.

Al final, quan vaig parlar amb el Xavi per saber què li passava, em va confessar que la Júlia no era la raó per què estava així.



—Que no. De veritat, Sergi, que ja no m'agrada. La veritat és que no em passa res, no et pensis. Només volia que sabessis que... aquest estiu he fumat una mica. Em passava això: que estava fumut perquè no ho sabies. Au, ja ho he deixat anar! No ho diguis a ningú, eh?

Em vaig quedar parat. No m'ho podia creure. El Xavi i jo havíem parlat moltes vegades sobre el tabac i sempre dèiem que no fumaríem mai. Me'l vaig mirar de fit a fit i només vaig poder dir-li:

—En fi, hi ha coses pitjors.

El divendres parlem de tot. A vegades també venen altres amics
n o s t r e s .

I això està bé perquè així tenim més
temes de conversa. És la tarda que
riem junts, compartim els
nostres problemes i il·lusions
i, per què no, les nostres
bogeries també...



Un divendres d'octubre, en un lloc apartat de la ciutat.

—Vinga, nois, que ja falta poc per arribar! —vaig animar els amics sense deixar de pedalar.

—Tu sempre igual, Sergi! No és veritat, encara falta molt, graciós! —es va queixar la meva germana, per no variar.

—És que tu no et canses mai! —va respondre en Carles mig ofegat.



Avui fa una tarda radiant per anar al descampat. Aprofitant que fa bon temps, els he pogut convèncer per pedalar una mica més del que és habitual. La Raquel, ma germana, es va dedicar a protestar durant els trenta-tres minuts que vam trigar a arribar. Jo, com que hi estic acostumat, no li faig gaire cas.

És la tercera vegada que venim aquest curs. Encara ens estem posant al dia de les històries de l'estiu i de les novetats a l'escola i l'insti. El Xavi ens va explicar com de bé s'ho havia passat, a les festes del seu poble. El Carles, el pallasso del grup i el qui surt més de tots, es va queixar perquè li havien tocat els profes més exigents. Això sí, ens va prometre que aquell any estudiaria una mica més. La Maria, la millor amiga de la Ruth, li deia al Carles tota l'estona que tenia molta sort amb els pares, perquè els seus la controlaven sempre i la vigilaven tot el dia. A tots els nois els agradava la Ruth; però, a ella, no n'hi agradava cap. A la Ruth li encantava pintar. La Júlia es queixava que li havia tocat el pitjor professor de Llenguatge Musical de tot el conservatori. La Raquel i jo els vam explicar que molts dels nostres amics del poble ja fumaven de debò i que el nostre tiet Antonio havia mort feia tres anys pel tabac.

Vaig veure com el Carles i la Maria es miraven dissimuladament.



Llavors el Carles va aprofitar la situació per ficar-se la mà a la butxaca i treure un cigarret. La Maria li va oferir l'encenedor. El va encendre tranquil·lament i, després d'unes quantes pipades, ens va començar a explicar:

—Com veieu, nois, la Maria i jo també fumem. Bé, en realitat jo fumo una mica més que ella. Algun de tant en tant. Això no és fumar! Encara no havíem fumat amb vosaltres perquè sabem que no us agrada.

—Jo fumo molt poquet, eh? A l'estiu m'ho van oferir al càmping i, és clar, no podia dir que no. A més, he notat que fins i tot em relaxa una mica —es va justificar la Maria davant dels seus amics.

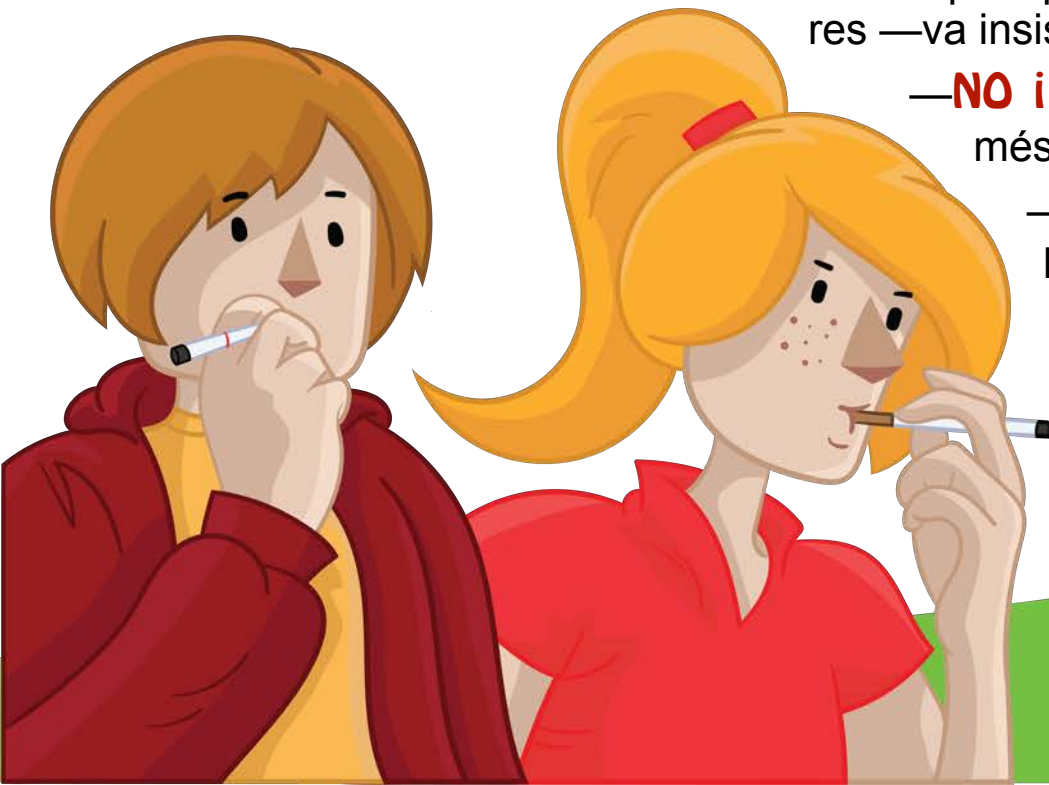
—Ho voleu provar? —va preguntar el Carles.

—NO —vaig respondre enfadat.

—No sé per què no ho proves, Sergi, no passa res —va insistir.

—**NO i punt!** —vaig tornar a contestar—. A més, no t'he de donar cap explicació.

—Tu t'ho perds. Fumar és guai!, oi Maria?



La Júlia, la Ruth, la Raquel i el Xavi van fer que no amb el cap. Vaig veure com el Xavi, incòmode per la situació, es posava una mica vermell.

El meu no rotund, juntament amb el fum que impregnava l'ambient, ens havia espatllat la tarda. Aquesta vegada qui em va donar un cop de mà va ser ma germana:

—A més, m'imagino que ja sabeu que a nosaltres també ens contamineu amb el fum, no? El problema no és que fumeu vosaltres, sinó que fumem tots. Ens contamineu amb el fum que espireu.

—Què exagerada, noia! —va exclamar la Maria incrèdula.

—Que no, Maria, no exagero. És veritat. Ho sé perquè el metge l'hi deia al tiet Antonio. Li insistia que l'aire contaminat pel fum del tabac és pitjor que el que respira la gent fumadora. Així, fent-li veure que perjudicava els qui l'envoltaven, l'intentava convèncer que deixés de fumar. Al final el va convèncer, però era massa tard...

—Au, vinga, no ho sé, no crec que n'hi hagi per a tant —va dubtar el Carles.

El Carles i la Maria van insistir que no hi donéssim tanta importància, que no estaven enganxats i que ho podien deixar quan volguessin. I en fi, com que ells no hi van donar importància, nosaltres vam decidir no donar-n'hi, tampoc.

A partir d'aleshores, el tabac, els cigarrets i el fum ens acompanyaven cada divendres a la tarda. Ells també es van unir al grup, eren part del grup i, per desgràcia, un dels nostres temes fixos de conversa.



Un divendres al principi de gener, a la caseta de l'àvia

—El meu avi va fumar tota la vida i va viure fins als noranta anys —va dir la Ruth orgullosa—. I ja sabeu que mon pare ha fumat sempre. Té molta tos i algun constipat de tant en tant. Segons ell, res d'important. Això sí, diu que quan surt a passejar amb la mama, es queda sense aire. El meu germà gran fuma des de fa tres anys. Es compra un paquet cada dia. Diu que no se'ls fuma tots, que els reparteix entre els amics. Per tant, les úniques que no fumem a casa som la mare i jo. I endevineu qui va més sovint al metge?

—Doncs qui vols que sigui? És evident que el teu pare! —va respondre la Júlia de seguida.

—D o n c s no! La meva mare és qui no para d'anar al metge, darrerament. Exacte, l'única que no fuma!

—Potser és perquè és més sa fumar que no fumar, ha, ha, ha!—va dir el Carles rient per fer-ne befa.

Com que va veure que el comentari no ens havia fet cap gràcia, va afegir:

—No us poseu així, nois. Quines cares. Només era una broma!



El Xavi, que havia estat a punt d'intervenir diverses vegades, es va atrevir a dir:

—Potser la teva mare va tant al metge perquè ton pare fuma tot el dia, oi? Per l'aire contaminat que deia la Raquel.

—És veritat, pot ser —va corroborar la Júlia.

La Ruth, enutjada pel comentari del Xavi, l'hi va recriminar:

—Com vols que vagi al metge per això? Hi va perquè es cansa molt. Potser és que es fa gran i prou. Tens unes coses, Xavi...

La conversa va animar el Carles a encendre un cigarret. Ens deia que, des que fuma, se sent més important i més atractiu. I així lliga més...

—Segur que lligues més? Jo no sortiria mai amb un noi que fumés, amb la pudor que fa l'alè... Ecs, quin fàstic! A més, el paquet és tan car que prefereixo anar al cine, per exemple.

El Carles, ignorant el comentari de la Júlia, va dir irònicament:

—En compartim un, Maria? Ja ho saps, per estalviar-nos anar al metge, ha, ha, ha.

—D'acord, algú en vol?

La Ruth, que havia estat temptada a provar-ho diversos cops, aquesta vegada hi va caure.

—Vinga, va, però només una pipada.

La Maria li va explicar què havia de fer per no ofegar-se, però la Ruth es va molestar.



—A veure, que he vist fumar mon pare tota la vida, ja sé com es fa.

El Carles va fer la primera pipada, llavos el va donar a la Maria i, finalment, a la Ruth.

Les nostres mirades es van centrar en ella. Disposada a demostrar-nos com n'era, de fàcil, va xuclar tan fort que es va ennuegar de seguida i li vam haver de donar uns copets a l'esquena perquè parés d'estossegar. Tots vam riure per la cara que va fer.

—Doncs no és tan fàcil. Ui, quina tos. Deu ser cosa de practicar
—va dir.

Així vam passar el curs entre el descampat i la caseta, fins a l'estiu. La pitjor notícia de l'estiu era que ens deixàvem de veure durant gairebé tres mesos. Al principi sempre intentàvem quedar, però no ho aconseguíem gairebé mai. Llavors, quan ens cansàvem d'intentar-ho, ens esfumàvem fins que al setembre tornàvem a l'escola o a l'insti.



Un divendres al començament d'octubre, al mateix lloc allunyat de la ciutat



—Uf, una mica més i no arribo! Sembla que el descampat està més lluny aquest curs, oi? —es queixava la Raquel, exhausta de pedalar tant.

—Ja falta menys. Vinga, no pares de protestar! —vaig dir a ma germana per animar-la.

Que ma germana i jo fóssim al mateix grupet tenia avantatges, però també hi havia inconvenients. A mi m'encantava fer esport, però a ella no tant; per això protesta i, és clar, gairebé sempre discutim. A banda d'això, he de reconèixer que ens avenim, en el fons és un tros de pa.



Aquest curs només hem vingut dues vegades al descampat. Ens hem posat al dia de l'estiu més aviat que l'any passat. Suposo que ens hem explicat menys coses perquè n'hi ha que no cal explicar-les.

Ara el Carles i la Maria ja no fumen de tant en tant. Fumen cada dia. Ara qui fuma de tant en tant és la Ruth. Per tant, ja teníem tres fumadors al grup... Bé, de fet, per mi n'eren quatre.

Mentre la Ruth i la Maria es fumaven un cigarret a mitges, el Carles gaudia del seu. Entre xuclada i xuclada, ens va explicar com havia començat a fumar.

—Va ser en aquella festa on em van convidar els amics d'handbol, us en recordeu? Doncs en aquella, fa més o menys dos anys. Fumaven gairebé tots i no volia aixafar-los la guitarra, o sigui que vaig fumar unes quantes vegades. Em van convèncer perquè deien que fumar tampoc no era tan dolent, que hi ha molta gent que fuma i no passa res. El fet és que ara em sembla que hi estic enganxat i no sé pas si ho podria deixar. Els meus pares encara no ho saben, encara no m'han enxampat. Ells no fumen mai. Gairebé ningú de la família no fuma.



Va meditar un moment sobre el que acabava de dir i va rectificar:

—Ai, sí! El tiet Juan sí que fuma, sí. Sé que l'han ingressat diverses vegades últimament. Tot i que suposo que deu ser normal, tenint en compte que fuma dos paquets cada dia. Des que era petit, el recordo amb un cigarret als dits. És com si hagués nascut amb sis dits, en lloc de cinc!

L'eco de l'esclat de riure va ressonar al descampat.

—Doncs, ara que parlem de paquets, sabeu què? Us en recordeu, del nostre tiet que havia mort per culpa del tabac? —va intervenir la Raquel.

—Sí, sí.

—Doncs la tieta Marga, la seva dona, ara va al metge perquè troba que li falta l'aire, que es cansa molt; com la teva mare, Ruth. I ella tampoc no ha fumat mai. El tiet Antonio també fumava dos paquets cada dia com el teu tiet Juan, Carles.



Quan hi penso, el recordo envoltat d'un núvol de fum dels cigarrets, fumant sense parar a la cuina de casa seva. Te'n recordes, Sergi? Ahir la tieta em va dir que havia d'anar a veure el metge a l'hospital aviat. Estic pensant d'acompanyar-la, si puc.

—D'acord, així comprovaràs que el que passa no té res a veure amb el tabac. I, de pas, jo també em quedaré més tranquil·la per ma mare.

—Tant de bo tinguis raó, però em sembla que t'equivoques, Ruth.

El Xavi, que havia escoltat amb interès l'explicació del Carles sobre quan havia començat a fumar, li va preguntar:

—I si t' enxampessin tons pares, què faries?

—Tu parles poc, Xavi, però quan obres la boca... ha, ha, ha —li va contestar el Carles de broma.

—Doncs què vols que faci... És obvi! Continuar fumant, però d'amagat. A més, si m'ho prohibessin seria més emocionant, no? Però vaja, no crec que m'enganxin, amb prou feines els veig...



No havien passat ni deu minuts des que el Carles havia apagat el cigarret que es va encendre el següent. Hi va fer una pipada, el va passar a la Ruth i ella ens el va oferir:

—Algú en vol una mica?

—Que NO! —vam dir el Xavi, la Júlia, la Raquel i jo.

No els vam deixar temps per preguntar-nos el motiu. Ens vam mirar, vam comptar fins a tres en silenci i vam exclamar:

—**¡NO i punt!**



La Ruth ja no s'ennuegava quan fumava. Agafava el cigarret amb l'elegància de les actrius de les sèries de moda i n'exhalava suaument el fum. Per descomptat, la Maria i el Carles s'hi unien. Després d'unes quantes pipades, ens va començar a explicar:

—Ahir ma mare va tornar al metge perquè sempre està molt cansada. I ara a sobre té una tos de gos... El metge del centre de salut l'ha derivada a l'especialista de l'hospital perquè per fi li ha explicat que a casa fumem tots menys ella. I és clar, quan ho va saber, es va posar les mans al cap. Li va dir que, amb tants fums nocius a casa, era normal que estigués així. A més, com que la mare treballa des de casa, gairebé no surt mai. Va recalcar que havia de convèncer el papa que l'anés a visitar urgentment.

—Tu el que tens són molts fums... quan t'enfades no se't pot aguantar —va comentar el Carles.

—Ha, ha, ha!, que divertit!

—Ostres, doncs no ho dic per espantar-te, Ruth, però em recorda el tiet Antonio i la tieta Marga —vaig opinar.

—O sigui que a casa ja saben que fumes i com si res?
Quina sort! — va exclamar amb enveja la Maria.



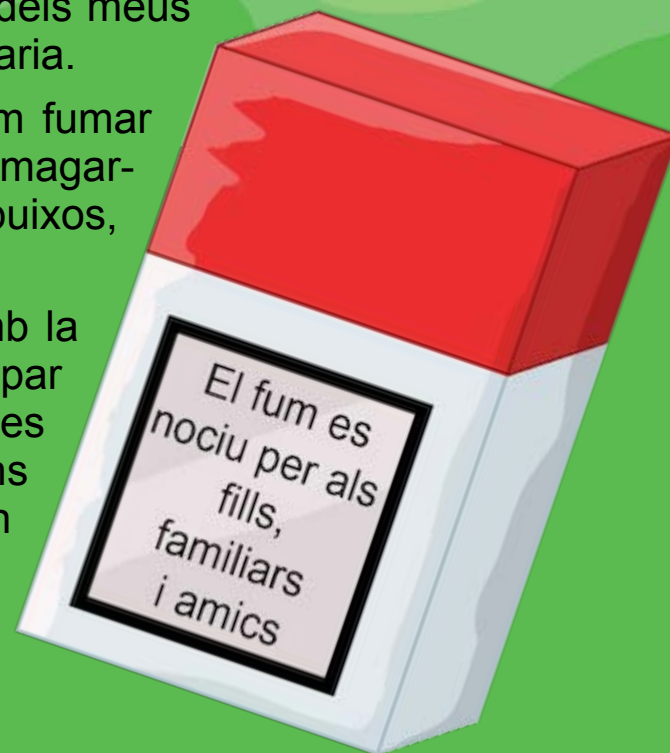


La Ruth es va quedar pensant en el que havia dit dels meus tiets, però no va dir res. Va preferir contestar a la Maria.

—Doncs tu quan vulguis vens a casa, que podrem fumar tranquil·lament. Ja veuràs com n'és, de guai, no amagar-se de ningú. T'ensenyaré els meus últims dibuixos, d'acord? I després podem veure una pel·li, si vols...

—Genial! —va exclamar la Maria, emocionada amb la proposta de la Ruth—. Des que em van enxampar l'estiu passat, els pares em fan la guitza a totes hores. Fins i tot l'altre dia van arribar a casa amb uns quants paquets dels companys de feina i em van llegir el que hi deia com si fos una nena de quatre anys: Fumar mata; Fumar danya els pulmons; El fum és nociu per als fills, familiars i amics; Fumar augmenta el risc de ceguesa...

—De debò? Quins pares més pesats que tens! Doncs la veritat és que sí que tinc sort, sí —va reconèixer la Ruth orgullosa.



—Jo la veritat és que no ho sé..., no entenc per què fumeu —va dir la meva germana.

—Que per què fumem? Doncs a mi, per exemple, fumar un cigarret després de menjar o quan estic nerviosa pels examens també em relaxa, com a la Maria. Crec que fins i tot m'ajuda a concentrar-me.

—Això ho diuen els fumadors professionals, Ruth, que fumar relaxa. Enhorabona! —li va recriminar la Raquel.

—A més, a mi em sembla que si fos tan dolent per a la salut com diuen els teus pares, Maria, no hi hauria tantes pel·lícules ni tants programes de televisió en què sembla que fumar està bé, oi? —va intervenir el Carles.

—Exacte, exacte —va dir la Ruth, donant-li suport.



—Els meus pares diuen que la nicotina del tabac genera encara més dependència que altres drogues —va afirmar la Maria.

—Què exagerats, no m'ho crec! —se'n va riure el Carles—. Doncs el tiet Juan té les dents grogues i està ple d'arrugues. Té la mateixa edat que mon pare i sembla que tingui deu anys més. Diu que no té olfacte ni gust, que no distingeix les olors ni els sabors. I parlant de pel·lis, és actor. Tot i que, en fi, ara treballa poc perquè cada dos per tres està a l'hospital.

—Segur que tot això també és pel tabac. Això de les dents grogues és de les poques coses que sabem. Té tants efectes negatius... —va afirmar la Júlia—.



Tinc una idea! Com que el meu tiet és metge i treballa a l'hospital, li puc preguntar si podem quedar alguna tarda amb ell. Així li podrem fer totes les preguntes que vulguem. Què us sembla?

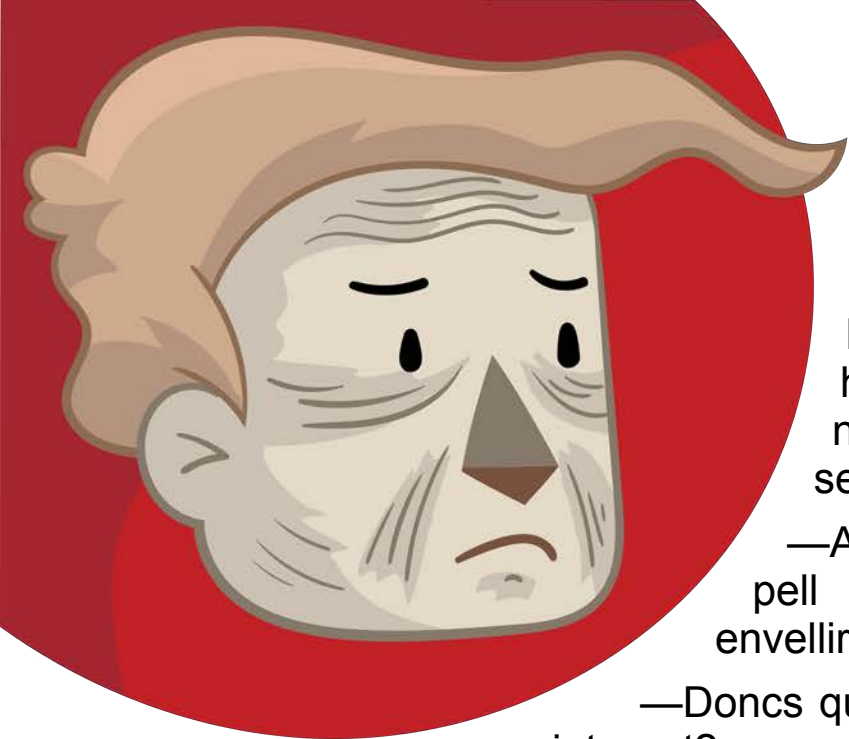
—No és una mala idea, Júlia —va opinar la Ruth.

—D'acord, bé —van dir el Carles i la Maria sense emoció.

—Perfecte! Quan hagi parlat amb ell, us en dic alguna cosa.

Quina bona idea havia tingut, la Júlia! Per un moment vaig pensar en la possibilitat que algun dia els meus amics deixessin de fumar. A les pel·lícules sempre diuen que els somnis es compleixen, oi?





Quan ens vam acomiadar aquella tarda, el Xavi em va preguntar si podia venir a casa una estona. Li vaig dir que sí, és clar.

El Xavi continuava fumant: només una mica i d'amagat. No ho sabia ningú, que fumava, ni volia que se n'assabentés ningú. Crec que això era bo. Evidentment vaig guardar-li el secret i no ho vaig dir ni tan sols a ma germana.

—Abans, quan el Carles ha parlat del seu tiet Juan, allò de la pell arrugada m'ha intrigat. Creus que fumar també fa envellir? Què en penses, Sergi?

—Doncs que ho comprovarem i... vols que ho busquem a internet?

—Genial!

Ens vam preparar unes pizzes i alguna cosa per a picar i ens vam tancar a la meva habitació amb el portàtil. El meu tiet Carles, que en sap molt d'internet, ens va recomanar algunes pàgines de confiança perquè la informació fos fiable. Com més llegíem sobre el tabac, menys ens agradava i més ens enceníem...



—Mira, Sergi, llegeix això... El que deia la Maria era veritat!

El tabaquisme és una malaltia que causa addicció. El tabac és una droga que produeix més dependència que altres drogues.

I vam continuar llegint:

Hi ha una malaltia relativament poc coneguda anomenada mpoc. La mpoc és una malaltia pulmonar obstructiva crònica que moltes vegades no es diagnostica. La principal causa és l'exposició al fum del tabac, tant si algú és fumador actiu com passiu. L'evolució és lenta. Un dels símptomes més freqüents és la dispnea, és a dir, la dificultat per respirar i la tos crònica.



El Xavi i jo ens vam mirar aterrits pel que acabàvem de llegir. Ara enteníem què passava. Intuíem per què la tieta Marga estava com estava i per què la mare de la Ruth anava tant al metge.

Al fum del tabac hi ha més de 4000 substàncies químiques, de les quals més de 50 són cancerígenes, provoquen malalties del cor, etc. A més, el tabac arruga la pell, taca les dents i les ungles, atrofia l'olfacte i el gust...

—Coi, també és veritat que fa envellir. Saps què et dic, Sergi?

—Doncs no, ni idea.

El Xavi va deixar de mirar la pantalla del portàtil i, sense dubtar-hi ni un segon, va començar a dir-me:

—S'ha acabat! No penso fumar ni un cigarret més. Sabia que era dolent, però ara sé que això es queda curt. Per tant...

No el vaig deixar acabar. Em feia molta il·lusió que ho diguéssim tots dos a l'hora. Sabia que, a partir d'aleshores, el Xavi no es posaria vermell mai més. Així, amb un somriure d'orella a orella, vam exclamar junts:

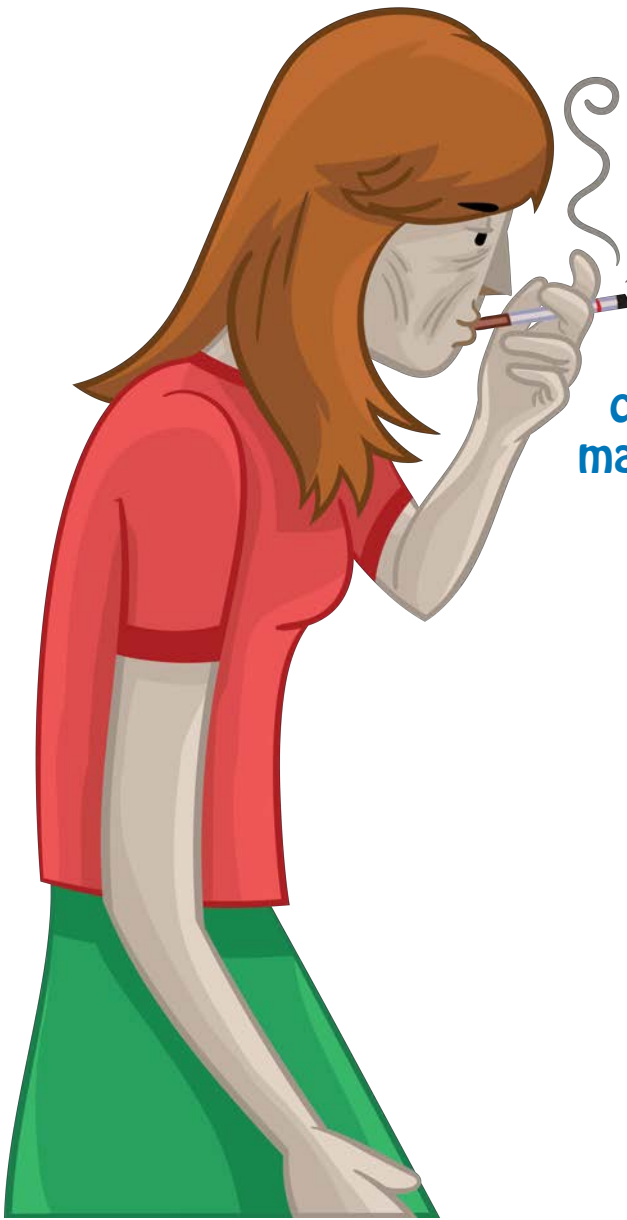
—NO i punt!



Vam decidir que el divendres següent explicaríem als nostres amics el que havíem esbrinat, tot i que estàvem convençuts que no ens farien gaire cas.

El temps ens havia passat volant. El Xavi se n'havia d'anar a casa. La darrera informació que vam llegir sobre la mpoc ens havia impactat moltíssim.

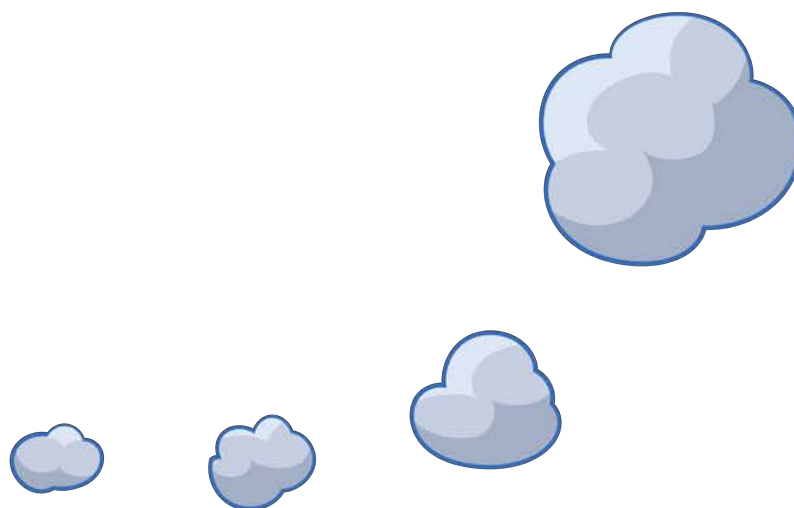
Avui dia la malaltia afecta tant els homes com les dones. L'any 2030 serà la tercera causa de mort i es convertirà en una de les malalties amb més limitacions.



Un divendres al principi de gener, a la caseta de l'àvia

—Sabeu què, nois? L'altre dia els meus pares em van dir que, quan érem petits, es podia fumar a tot arreu, però que després van aprovar la Llei antitabac a Espanya. La llei va prohibir fumar en llocs on fins aleshores estava permès: el lloc de feina, el bar, el museu...

—Ostres, això sí que seria súper! Tu sí que estàs al dia amb els pares, oi Maria? Els podries preguntar què surt a l'examen de matemàtiques de dilluns, ha, ha, ha —va riure el Carles irònicament—. A mi no m'importaria que els pares m'expliquessin més coses. No són mai a casa. Entre setmana no paren de treballar; i el cap de setmana surten amb els amics. O sigui, quan vols que m'agafin fumant? Si no em veuen mai!



—No et pensis, jo n'estic farta. Fins i tot a casa dels avis va sortir el tema d'aquella malaltia tan estranya del tabac... la mpoc o una cosa així, oi? —va dir la Maria dubtosa.

—Cooom? —va preguntar la Júlia desconcertada.

—La mpoc —va confirmar la Raquel—. El dia que ens en van parlar el meu germà i el Xavi no vas venir, Júlia. Per això no et sona. Mira, t'ho explico: la mpoc és una malaltia respiratòria crònica que consumeix a poc a poc les persones que fumen. Però l'inconvenient no és només aquest, sinó que també mata les persones no fumadores que hi conviuen.





La Ruth ja feia setmanes que estava una mica estranya. No parlava gaire i, curiosament, fumava poc. No li havia agradat el resum que havia fet la meva germana. Va aguantar fins que no va poder més. Li van saltar les llàgrimes i, dirigint-se a ella amb ràbia, va cridar:

—No mata les persones que no fumen, Raquel, no les mata!

Ens vam quedar de pedra. No l'havíem vista mai així, la Ruth. La Maria la va tranquil·litzar abraçant-la fort. Quan es va calmar, ens va comentar que estava nerviosa perquè dijous següent els seus pares sabrien els resultats de les proves.

—Quina casualitat, Ruth! La setmana que ve jo també aniré amb la tieta al metge dels pulmons, el pneumòleg. Li faran una prova que es diu espirometria —va dir la Raquel.

—Què és això? Per a què serveix? —va preguntar la Júlia intrigada.

—La meva tieta m'ha explicat que és una prova molt senzilla que es fa en uns deu minuts. Consisteix a emplenar els pulmons amb tot l'aire possible i a expulsar-lo tan de pressa i fort com es pugui a través d'un tub. Així comproven si la capacitat dels pulmons d'aquella persona és la que li correspon. Amb aquesta prova diagnostiquen la mpoc.

Per treure-hi ferro, la Júlia va dir:

—Almenys no fa mal, oi?

Tots dissimulàvem els nervis. De fet, estàvem molt espantats pel que poguéssim passar. Vam decidir que la resta de la tarda jugaríem a aquell joc que tant ens agradava. Així vam aconseguir que la Ruth es calmés i tots vam oblidar una mica la situació.

El millor de la tarda va ser que, per primer cop des de feia molt de temps, vam tornar a casa amb menys fums que altres divendres. El Carles havia fumats tres cigarrets; la Maria, dos; i la Ruth, només un.



Un dijous a mitjan mes de gener, a l'hospital

—Ruth, no m'ho puc creure! —va exclamar la Raquel.

La meva germana sortia amb la tieta Marga de la consulta del pneumòleg i es va trobar la Ruth esperant amb els seus pares.

—Quina coincidència, el mateix pneumòleg i el mateix dia!

—Com ha anat, tot bé? —ens va preguntar la Ruth espantada.

Tot i que els pares de la Ruth i la meva tieta no es coneixien, la tieta, que parla pels descosits, els ho va explicar tot fil per randa:

—Bé, m'han fet l'espirometria i sí, sí... el doctor Sebastià m'ha dit que tinc la mpoc, però que amb el tractament que m'ha posat milloraré i no em cansaré tant. Començaré amb un inhalador i després ja ho veurem. Ja ho veuen, quina herència m'ha deixat el marit!





Volia continuar xerrant, però es va obrir la porta i la infermera va avisar el proper pacient. La Ruth i els seus pares van entrar de seguida. La meva germana va proposar que s'esperessin fins que sortissin de la consulta i la meva tieta hi va accedir.

Van passar quaranta-tres minuts eterns fins que es va tornar a obrir la porta. Quan la meva germana va veure la cara de la Ruth es va imaginar el pitjor escenari. Ni tan sols s'e n'havien adonat, que els estaven esperant allà. El seu pare, capficat, tenia el rostre molt seriós i semblava que se sentís molt culpable. Agafava la mare de la Ruth per la cintura amb afecte. La mare, molt pàl·lida, duia dos mocadors plens de llàgrimes i de somnis trencats. I la Ruth, amb els ulls vermells, plena de ràbia i negant-se a assimilar el que acabava de sentir, estava a punt d'arrancar a córrer escales avall. Llavors la meva germana la va avisar:

—Ruth, soc aquí, esperant-te. Digue'm, què ha passat?

La Ruth va arrencar a plorar com una magdalena sense dir res. Van estar abraçades una bona estona, mentre la Ruth a llàgrima viva. Quan va aconseguir parlar, li va dir amb la veu mig tallada:

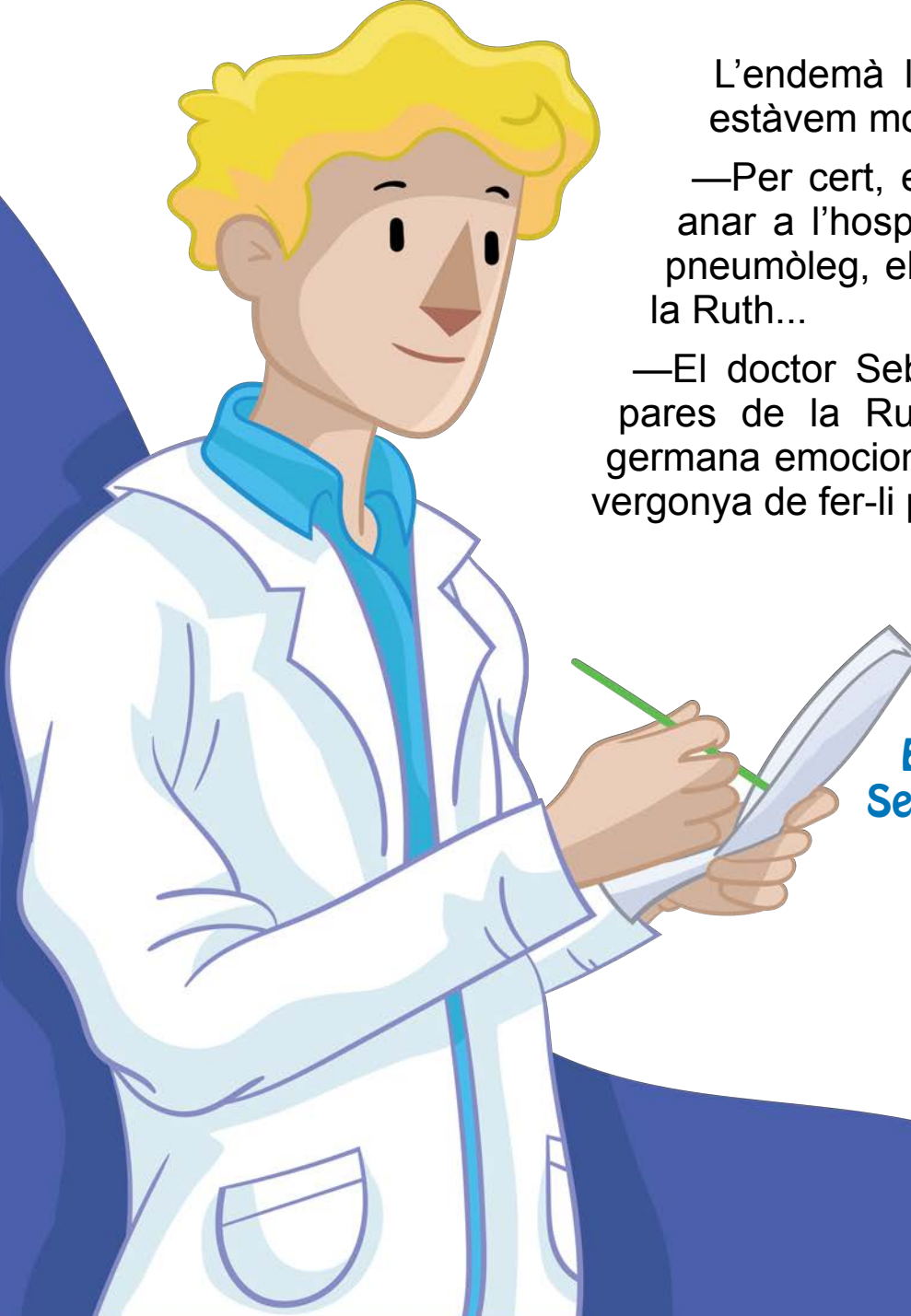
—No és just, no és just! El pare té una mpoc en estat avançat i la meva mare ha respirat tant fum que té càncer de pulmó!

La meva germana es va quedar muda, sense saber què dir. Només li van sortir tres paraules:

—Ho sento, Ruth.

I la Ruth va baixar corrent les escales per arribar fins on eren els seus pares.





L'endemà la Ruth no va venir a la caseta de l'àvia. Tots estàvem molt preocupats per ella.

—Per cert, el meu tiet m'ha dit que divendres vinent podem anar a l'hospital a la tarda. Estarà de guàrdia i un amic seu pneumòleg, el doctor Sebastià, també hi serà. No sé si vindrà la Ruth...

—El doctor Sebastià és el pneumòleg de la meva tieta i dels pares de la Ruth. És molt simpàtic! —va exclamar la meva germana emocionada—. Quina coincidència! Així no tindrem tanta vergonya de fer-li preguntes, no?

El Carles i la Maria ja no fumaven amb tanta alegria com abans. Era evident que els afectava tot el que estava vivint la Ruth a casa. En el fons, volien i no volien veure el doctor Sebastià...

Un divendres a les acaballes de gener, a l'hospital

Vam arribar a l'hospital quan faltaven cinc minuts per a les cinc. Havíem quedat amb el tiet de la Júlia a les cinc en punt a la porta. Només faltava la Ruth. El tiet de la Júlia ens va venir a buscar puntual i, tot just quan anàvem a pujar, vam veure aparèixer la Ruth de lluny .

Vam pujar a la segona planta, on havíem quedat amb el doctor Sebastià. El tiet de la Júlia ens el va presentar. Se'n recordava perfectament, de la meva germana i de la Ruth; sobretot de la Ruth. Ens va preguntar si sabíem res de la mpoc. Com que va veure que estàvem informats, ens va preguntar:

—I quins de vosaltres fumeu? Tots?

Van respondre el Carles, la Maria i la Ruth.

—Jo he fumat bastant, sí, però ara fumo menys.

—Jo també fumo menys.

—Jo ho intento deixar, però em costa, no puc.

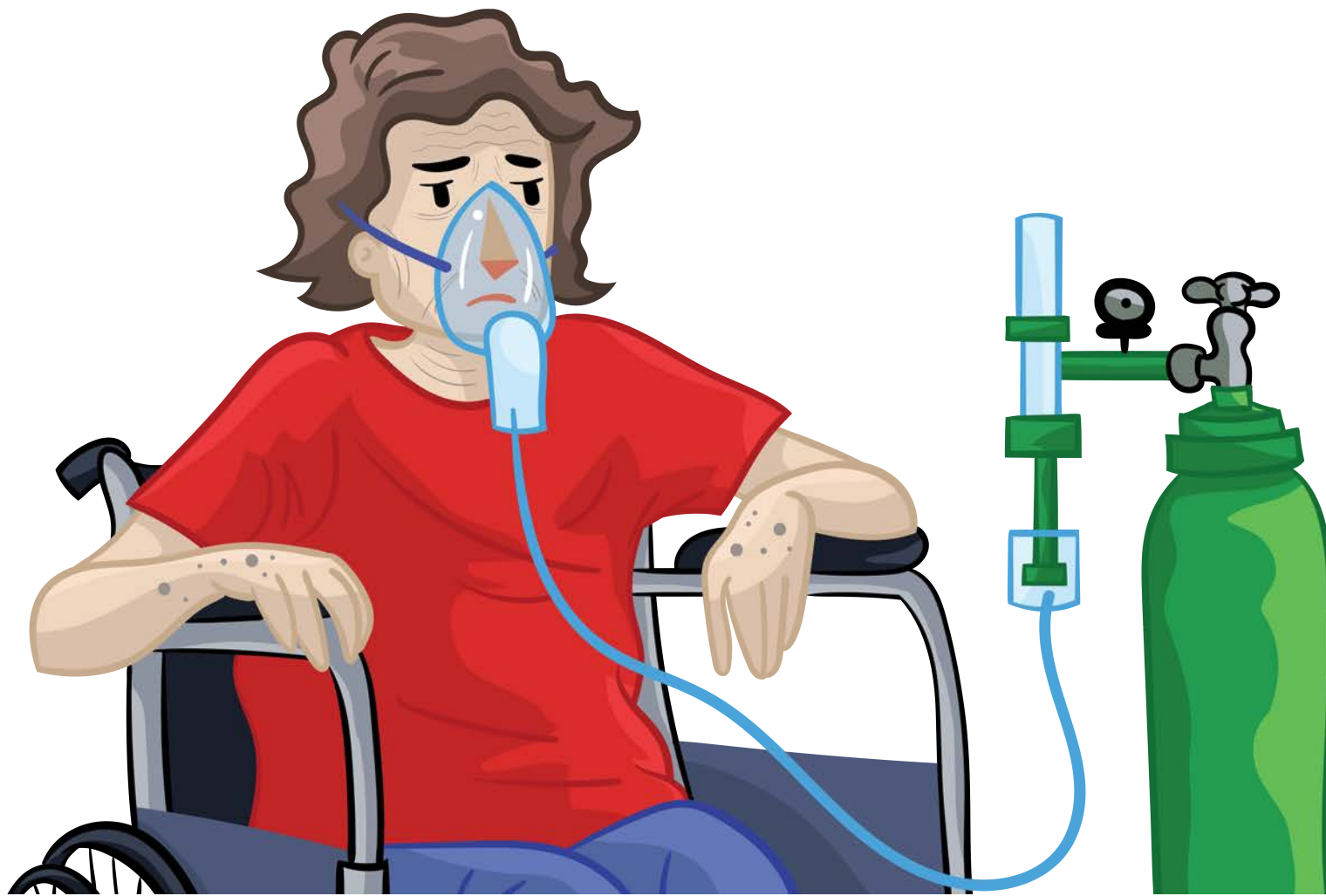
—És clar que pots Ruth! Tot és possible. Només has de voler: aquest és el primer pas per aconseguir-ho —la va animar el doctor Sebastià.



—Nois, he tingut una idea. Què us sembla si, en lloc de fer-me primer les preguntes, me les feu després? He pensat que visitarem els malalts de mpoc d'aquesta planta i després em pregunteu els dubtes que tingueu.

A tots ens va semblar bé la proposta, de manera que vam començar a caminar per la segona planta de l'hospital, on la majoria dels pacients amb insuficiència respiratòria tenien mpoc.

Avançàvem en silenci pel llarg passadís quan el doctor es va aturar de sobte. Hi havia una cadira de rodes amb oxigen i una mascareta. Assenyalant el Carles, el doctor va dir:



—Carles, seu a aquesta cadira. Faràs la visita com si tinguessis mpoc, d'acord?

Tot i que no li va fer gràcia la idea, el Carles va accedir i va seure a la cadira amb l'oxigen i la mascareta. La Júlia el portava. Malgrat que només vam visitar quatre pacients, en va haver prou per conèixer la gravetat de la malaltia i la dificultat de fer-hi front dia a dia. Un dels malalts ens va explicar que li feia por sortir al carrer perquè s'ofegava i es quedava sense oxigen per respirar. Un altre ens va dir que no fóssim rucs, que no fuméssim mai perquè, quan un fumador es posa malalt, tota la família també.

I mirava el Carles tota l'estona. Estava més blanc que les parets de l'hospital. No va dir res durant els quaranta-cinc minuts que va durar la visita a la segona planta.

Ens vam quedar tristos, molt impressionats, sense paraules... El doctor Sebastià ens va preguntar si teníem cap dubte. Com que cap de nosaltres no tenia ganes de parlar, vaig dir en nom de tots:





—Em fa la sensació que no tenim cap pregunta, doctor. Ja sap això que es diu: «Una imatge val més que mil paraules». I ens hem quedat... en fi, sense paraules. Gràcies per permetre'ns conèixer de ben a prop la mpoc.

—De res, nois! Ha estat un plaer. Espero que hàgiu après alguna cosa. Sabeu? El segle XX es va anomenar «El segle del cigarret». Tant de bo es recordi el segle XXI com «El segle del NO cigarret». Només us diré una cosa: teniu tota la vida a les vostres mans. Si us plau, no deixeu que els fums us impedeixin viure aquesta vida que tant somnieu...

—Gràcies, doctor Sebastià —vam respondre agraïts.

Li vam dir adéu a ell i al tiet de la Júlia. Quan vam sortir de l'hospital, a la cantonada, el Carles es va trobar dos dels seus amics d'handbol.

Tots dos fumaven. Els va estranyar que el Carles no, o sigui que un d'ells li va dir:

—Un cigarret?

Estàvem expectants pel que respondria el Carles, que va exclamar:

—No!

Els seus amics, estranyats pel rebuig, li van preguntar:

—Què passa, Carles?

Lavors va arribar aquell moment que tant havia desitjat; aquell moment en què, per fi, un dels meus somnis es va fer realitat. Tots plegats, plens d'il·lusió i de ganes de viure la vida sense fums, vam respondre a l'uníson:



No i punt!



Fi



Amb el patrocini de:

